



# Groentenhof Poelen

## het goede product op de goede plek

**Lange rijen knaloranje bollen sieren het heuvelachtige landschap. De pompoenen zijn klaar voor de oogst. Onze chef-kok Albert van Rheede neemt een kijkje bij Groentenhof Poelen, keurt de grondstoffen die in zijn heerlijke pompoensoepen en -taarten en andere pompoengerechten gaan, en loopt waarderend rond.**

### Halloween heeft de pompoen enorm populair gemaakt

Een mooiere plek dan deze, in de prachtige omgeving van Nijmegen, kan kweker Chris Poelen zich voor zijn bedrijf niet bedenken. Het veld ligt nu nog vol met pompoenen van de juiste grootte en vorm om er voor het komende Halloweenfeest lampionnen uit te snijden. Een flink deel ervan is voor de export en gaat naar grote supermarkten en tuincentra. “De vraag naar pompoenen is de laatste jaren door Halloween enorm gegroeid”, vertelt Poelen. De kleinere, oranje pompoenen die de heuvels sieren, blijven nog zeker tot de kerst goed, maar worden ook nu geoogst om eventuele vorst of hagel te snel af te zijn.

### Alle schakeringen van de herfstkleuren

Het erf bij de woning van Chris en Laura Poelen vormt een (herfst)kleurig geheel met zowel sierpompoenen als eetbare pompoenen. Er blijken heel wat meer soorten te zijn dan die bolvormige oranje die je meestal bij de groenteboer ziet. Alle groottes, vormen en kleuren: van zachtgeel, zoals de muskaatpompoen, tot felgeel, zoals de spaghetti pompoen, zo genoemd vanwege zijn draderige vruchtvlees na het koken. Van de zachtoranje flespompoen tot de knaloranje ‘uchiki kuri’; van een bijna-witte patisson, die de vorm heeft van een vliegende schotel, tot de donkergroene ‘futsu



# Wist u dat...

... het vlees van een typische 'Halloween'-pompoen wat minder smaak heeft, maar dat er gemengd met een mooie oranje 'soep'-pompoen zeker een lekker soepje van is te brouwen?

... een eetbare pompoen van een sierpompoen is te onderscheiden door de dikte van de steel? Is de steel niet dikker dan een rietje, dan heeft u te maken met een sierpompoen. De steel van een eetbare pompoen is dikker.

... pompoenen al tussen 9000 en 7000 jaar v.Chr. in Midden- en Zuid-Amerika werden verbouwd? In de 16e eeuw werd de pompoen voor het eerst in Europa geïntroduceerd.

black rinded' met geel vruchtvlees. Geschikt voor verschillende doeleinden: om te pureren voor soep of taart, of als het vruchtvlees wat steviger is om te roosteren in de oven.

Albert van Rheede pakt er één op, klopt erop zoals je op de deur klopt. Als hij hol klinkt, is hij rijp. "Deze mooie oranje gaat in de soep", zegt hij, "Beetje aanbakken, kruiden erbij, meer is eigenlijk niet nodig. Hoe simpeler hoe beter."

## Het begon met een project voor school

Drie jaar geleden, nadat de markt voor courgettes minder was geworden, zijn Chris en Laura min of meer opnieuw begonnen en richtten ze zich vooral op de omgeving. Dat werkt, restaurants weten de kweker steeds beter te vinden. "Zonder tussenhandel, de afnemers komen de groenten zelf halen. Veel leuker", vindt Laura. Vanwege de ligging in de Groesbeekse heuvels is dit voor veel toeristen ook een aantrekkelijke plek om nog eens terug te komen. Het bedrijf is eigenlijk voortgekomen uit een schoolproject van Chris, een opdracht van de biologieleeraar om pompoenplantjes te onderzoeken. "Toen daar pompoenen uit waren gegroeid, zei mijn vader: 'Dan ga je ze maar verkopen ook!'", verhaalt Poelen, "Dat deed ik, aan de straat, en dat vond ik leuk. Dat is achttien jaar geleden, maar zo is het met vijftig plantjes begonnen."





# Pompoen recept voor thuis

## Cake van Hokkaido pompoen

Albert van Rheede bracht van zijn bezoek aan de Groentenhof een Hokkaido pompoen mee. Onze chef Jacco Beck gebruikte die voor zijn cake.

De Hokkaido, ook wel Uchiki Kuri, is een zoete, Japanse pompoen, door zijn prachtige kleur niet alleen een lust voor het oog, maar ook met een uitzonderlijk rijke voedingswaarde. Hij bevat een hoog gehalte aan bètacaroteen, zelfs meer dan onze wortel. Wat het eiwitgehalte betreft zijn alle essentiële aminozuren in een goede onderlinge verhouding aanwezig. Belangrijk dus voor vegetariërs.

### Dit stopt Jacco in de cake:

- 125 gram boter
- 125 gram suiker
- 3 eieren
- 150 gram zelfrijzend bakmeel
- Merg van 1 vanillestokje
- 1 theelepel speculaaskruiden
- Rasp van 1 sinaasappel
- 150 gram grof geraspte Hokkaido pompoen (Uchiki Kuri)

### En zo maakt hij hem:

- Laat de boter zacht worden en ga er twee minuten met de mixer doorheen.
- Voeg suiker toe en meng goed.
- Meng de eieren er één voor één door met de mixer.
- Zeef het bakmeel, voeg het samen met vanille en speculaaskruiden toe en schep voorzichtig met de spatel om tot een gladde massa.
- Spatel voorzichtig de sinaasappelschil en geraspte pompoen erdoor.
- Verwarm de oven voor op 180 graden, doe het mengsel over in een ingevet cakeblik en bak de cake in 30 tot 40 minuten gaar.